

5-11 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Понедельник 2-я нед. День 06.05.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173	Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/220/10	20,92	348,30	9,90	14,70	44,00
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,00	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,50	129,00	4,30	1,65	21,25
		15	Сыр "Российский"	1/15	6,40	54,50	3,50	4,50	0,00
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	5,70	75,00	0,10	8,30	0,10
	гор.напиток	377	Чай с лимоном*	1/200/7	2,48	49,50	0,40	0,00	11,70
	ИТОГО:				562	40,00	773,20	22,15	29,65
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/100	5,47	10,50	0,70	0,20	1,70
	1 блюдо	99	Суп из овощей со сметаной	1/250/10	5,99	91,00	3,00	4,20	10,20
	2 блюдо	297	Фрикадельки из филе кур	1/100	18,05	183,80	16,90	9,10	8,70
	гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	10,44	336,00	10,60	11,50	47,80
	напиток	342	Компот из свежих яблок	1/200	4,55	114,60	0,10	0,10	27,90
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,00	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,50	129,00	4,30	1,65	21,25
	ИТОГО:				940	49,00	981,80	39,55	27,25
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1502		1755,00	61,70	56,90	243,00

5-11 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Вторник 2-я нед. День **07.05.2024г.**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/100	5,47	10,50	0,70	0,20	1,70
	2 блюдо	237	Зразы рыбные рубленые (из минтая) с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/8	21,76	252,50	10,40	16,50	15,50
	гарнир	128	Картофельное пюре	1/180	4,47	141,00	3,10	5,40	20,30
	напиток	342	Компот из смеси сухофруктов	1/200	3,80	111,10	0,20	0,20	27,10
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,00	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,50	129,00	4,30	1,65	21,25
ИТОГО:				688	40,00	761,00	22,65	24,45	110,05
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/100	5,00	10,00	0,90	0,10	1,70
	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	1/250	4,43	122,40	2,30	5,30	16,40
	2 блюдо	280	Фрикадельки из говядины в сметанном с томатом соусе	1/100/50	23,17	254,30	11,90	16,10	14,20
	гарнир	305	Рис припущенный	1/180	7,04	212,30	4,30	5,10	39,20
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	1/200	4,86	103,00	0,70	0,30	24,40
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,00	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,50	129,00	4,30	1,65	21,25
ИТОГО:				980	49,00	947,90	28,35	29,05	141,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1668		1708,90	51,00	53,50	251,40

5-11 класс

Школа _____ Отд./корп _____ Среда 2-я нед. День **08.05.2024г.**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	175	Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/220/10	23,63	334,00	6,10	10,90	52,90
	гор.напиток	382	Какао с молоком	1/200	6,17	134,00	2,90	2,50	24,80
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,00	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,50	129,00	4,30	1,65	21,25
		14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	1/10	5,70	75,00	0,10	8,30	0,10
ИТОГО:				540	40,00	788,90	17,35	23,85	123,25
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/100	5,47	10,50	0,70	0,20	1,70
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	1/250	4,80	140,70	5,60	5,40	17,50
	2 блюдо	290	Птица(окрочка) тушеные в соусе сметанном	1/100/50	23,45	429,80	26,60	32,10	4,20
	гарнир	202	Макаронные изделия отварные	1/180	6,23	176,80	7,50	0,90	36,80
	напиток	350	Компот из свежих яблок	1/200	4,55	114,60	0,10	0,10	27,90
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,00	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,50	129,00	4,30	1,65	21,25
	ИТОГО:				980	49,00	1118,30	48,75	40,85
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1520		1907,20	66,10	64,70	256,80